

Sr. Francisco PAJARES

Muy Sr. mío.

En relación a las pruebas realizadas para analizar la validez de su aparato-sistema **BACK-EFS** como medio de prevención y terapia para el dolor de espalda, me complace informarle que, además de una fundamentación kinesiológica acorde a sus objetivos, el **BACK-EFS** logra activar la musculatura extensora del tronco con la intensidad que queda reflejada en el estudio electromiográfico (EMG) adjunto.

En el análisis EMG que se realizó en el laboratorio de Biomecánica del INEFC Barcelona, se utilizó el sistema de 8 canales: *MuscleLab system, Model 3010e; Ergotest Technology, Langesund, Norway*. Los músculos estudiados, cuya actividad neuromuscular se midió bilateralmente fueron: *Extensores cuello, Dorsal largo, Sacroespinal y Multifidus*. Como se puede constatar, la mayor activación correspondió al Dorsal largo; músculo en el que, además se aprecia una aceptable sinergia derecha-izquierda (inherente al sujeto estudiado), durante los 10" de activación: área = 1222 μ V y 1420 μ V, con un valor máximo de 59 μ V y 62 μ V.

Es importante considerar que el **BACK-EFS**, es un aparato simple en cuanto a su estructura que facilita su utilización y transporte. No obstante y al igual que ocurre con la gran mayoría de los ejercicios o métodos con finalidades terapéuticas, la utilización del **BACK-EFS**, por parte de cualquier potencial usuario, requiere la ayuda de un profesional cualificado para el mejor control de los ejercicios propuestos.

Sin lugar a dudas, su BACK-EFS es una alternativa sumamente interesante y digna de tener en cuenta en el ámbito de la prevención y terapia del dolor de espalda. Le felicito por su iniciativa.



Jordi PORTA
Dr. En Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
Catedrático del Dpto. de Salud y Ciencias Aplicadas
INEFC, Barcelona

